Rok X

10 Września 1936 r.

Opłata uiszczona ryczałtem

Nr. 17—18

Cena 1 zł.



MŁODA MATKA





DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

Kiedy matka może dać dziecku środek czyszczący?

Przed kilku laty byłam w charakterze t. zw. „lekarza urzędowego“ u małego chłopczyka, chorego na grypę. Gdy po zbadaniu dziecka i i udzieleniu odpowiednich zleceń zamierzałam odejść, matka zwróciła się do mnie z prośbą o przepisanie jej dodatkowo większej ilości oleju rycynowego lub innego środka czyszczącego. „Po cóż Pani, taki zapas?” spytałam zdziwiona A na to matka: „Bo, Pani doktór, ja zazwyczaj, gdy tylko mój Wojtuś dostanie gorączki, daję mu zaraz porządnie na przeczyszczenie. Po co więc mam za każdym razem fatygować lekarza?“. Rozmowa ta utkwiła mi dobrze w pamięci, gdyż stanowi świetny przykład rozumowania wielu matek.

Cóż się bowiem dzieje w wielu w wielu domach, gdy dziecko zachoruje. Początkowo wszyscy tracą głowy, lecz niebawem opanowuje wszystkich istna furia leczenia. Cały arsenał domowych środków zostaje puszczony w ruch. Chore dziecko w mig zostaje obstawione bańkami, wysmarowane terpentyną, obłożone gorącą fajerką na brzuszek, napojone herbatką z malinami na poty, no i oczywiście koniecznie jest w robocie olejek rycynowy, winko rabarbarowe lub t. zw. czekoladka na przeczyszczenie.

Jak niektóre mamusie leczą teraz, tak leczyli przed wielu, wielu laty lekarze. Nauka lekarska była wtedy w powijakach, wiadomości o zdrowym i chorym człowieku skąpe, a często i fałszywe, lekarze błądzili poomacku i starali się w prostacki sposób wypędzić chorobę z organizmu drogą silnych środków przeczyszczających i puszczania krwi.

Szczęśliwie te czasy są już za nami. Wiedza lekarska uczyniła olbrzymi postęp naprzód. Znamy obecnie przyczyny wielu chorób, umiemy je zwalczać, a nawet im zapobiegać.

Wraz z postępem naszych wiadomości i o zdrowym i o chorym dziecku, środki czyszczące są używane bez porównania rzadziej niż dawniej. Stosowanie w każdej chorobie u dziecka tak ulubionego kiedyś kalomelu lub innego leku czyszczącego należy już do historii. Lecz nasze mamusie dalej tkwią w zamierzchłych czasach! Śmiało można powiedzieć — na sto przypadków, w których matka zaaplikuje olejek rycynowy, zaledwie w jednym lekarz uzna to za słuszne.

Dla większości matek każda niemal choroba gorączkowa u dziecka ma swe źródło w przewodzie żołądkowo-kiszkowym. Gdy tylko dziecko zagorączkuje zaczyna się zaraz doszukiwanie czegoś szkodliwego w jadłospisie ubiegłych dni. Zawsze się znaj-

dzie jakiś ogórek, niedojrzały owoc lub przypalona kaszka, a nikt jakoś nie pomyśli o tem, że tatuś od kilku dni ma szalony katar lub że synek sąsiadki brzydko kaszlał, gdy był ostatnio z wizytą.

Wystarcza, że dziecko ma gorączkę, nie chce jeść, wymiotuje wmuszaną mu kaszkę, aby konsylium domowe orzekło, że zalega mu coś w żołądeczku i że trzeba je porządnie przeczyścić.

Nazajutrz, pomimo obfitego skutku olejku rycynowego, gorączka trwa dalej, dziecko nadal nie chce jeść i wymiotuje. Wezwany już wówczas lekarz stwierdza katar, silne zaczerwienienie gardła i orzeka że dziecko jest chore na grypę. Nie chce jeść, gdyż chore dziecko, tak zresztą jak i dorosły, nie ma apetytu, wymiotuje — gdyż małe dzieci często wymiotują w przebiegu chorób gorączkowych.

Zastosowanie środka czyszczącego było w powyższym przypadku zupełnie zbędne, gdyż przyczyną choroby nie było bynajmniej zaburzenie żołądkowo-kiszkowe. Natomiast niewłaściwe podanie lekarstwa miało pewne ujemne strony, a mianowicie pogorszyło i tak upośledzony apetyt, przez wywołanie zaś parcia i biegunki stanowczo nie poprawiło i tak nieświetnego samopoczucia chorego dziecka.

Poza chorobami gorączkowemi matki stosują bardzo chętnie środki czyszczące u niemowląt, które jak wiemy często zwłaszcza latem zapadają na zaburzenia żołądkowo-kiszkowe. Nic bardziej mylnego!

Wytłumaczenie, dlaczego jest błędem stosowanie leków przeczyszczających u niemowląt w zaburzeniach żołądkowo-kiszkowych, zaprowadziłoby nas za daleko i jest niemożliwe na łamach „Młodej Matki". Ograniczę się do powiedzenia, że dawanie na przeczyszczenie w biegunce przewlekłej jest zupełnie fałszywe, gdyż lek czyszczący podrażnia tylko kiszki i pogarsza stan dotychczasowy, dawanie zaś środka czyszczącego w biegunce ostrej, jakkolwiek ma pewne uzasadnienie, jest obecnie przez lekarzy znacznie ograniczone, gdyż ten sam skutek osiągnąć można przy postępowaniu bardziej prostym, a mniej uszkadzającym przewód pokarmowy.

Leczenie zaburzeń kiszkowych u niemowląt, zwłaszcza sztucznie karmionych, jest częstokroć trudnym i odpowiedzialnym zadaniem i nieoględne zastosowanie jakiegoś leku, może znacznie stan dziecka pogorszyć.

Zaznaczę mimochodem, że tak ulubiony przez mamusie „proszek troisty" jest również kombinacją środków czyszczących i że został zupełnie prawie przez lekarzy zarzucony.

Można jeszcze mamusię poniekąd usprawiedliwić, jeśli da niemowlęciu na przeczyszenie, gdy dostaje nagle rozwolnienia i wymiotów, jakkolwiek najczęściej lekarz postępuje inaczej. Natomiast zupełnym nonsensem jest stosowanie środków czyszczących w przypadkach zaparcia u niemowląt, zwłaszcza karmionych piersią. Zaparcie u niemowląt jest najczęściej wynikiem niedostatecznego odżywiania wystarczy zatem zwiększyć porcje jedzenia lub wprowadzić soki owocowe, albo w pewnym wieku jarzyny, żeby

dolegliwość tę usunąć. Nieoględne podanie leku czyszczącego przyczyny zaparcia nie usuwa, natomiast powoduje biegunkę, często trudną do opanowania. Zatem rezultatem takiego leczenia jest — choroba.

Dotychczas omawiałam tylko najprostsze codzienne przypadki i starałam się udowodnić, że i wtedy matka raczej może zaszkodzić dziecku, niż pomóc. Szczęśliwie jednak, błędne podanie środka czyszczącego nie ma groźnych następstw.

Bywa jednak inaczej.

Każda mamusia słyszała zapewne o tragicznych przypadkach zapalenia wyrostka robaczkowego (ślepej kiszki), w których nieoględnie zastosowany olej rycynowy spowodował pośrednio przedziurawienie chorego wyrostka ze wszystkimi groźnymi następstwami, aż do katastrofy włącznie.

Prócz zapalenia wyrostka robaczkowego zdarzają się, na szczęście rzadko, bardzo poważne choroby jamy brzusznej u niemowląt i małych dzieci jak np. ropne zapalenie otrzewnej (błony brzusznej) lub wgłobienie jelit (rodzaj skrętu), w których środki czyszczące są bezwzględnie zakazane.

We wszystkich tych cierpieniach występują wymioty, biegunka, bóle brzuszka, a więc wszystkie te objawy, które dla niedoświadczonej mamusi są dostatecznym powodem dla gruntownego przeczyszczenia. Skutki są zazwyczaj tragiczne, bowiem wszystkie te choroby wymagają natychmiastowej interwencji chirurga, gdyż od tego zależy życie dziecka.

Wróćmy obecnie do pytania, zawartego w tytule niniejszego artykułu.

Jaką zatem odpowiedź damy na pytanie w nim zawarte?

Odpowiedź jest krótka i stanowcza: „Nigdy". Dlaczego, uzasadniać nie będę, gdyż wynika to z treści wyżej powiedzianego.

Cóż więc ma uczynić matka, jeśli u dziecka wystąpi gorączka, biegunka, wymioty, odbijanie i t. p. objawy, niemożliwością zaś jest natychmiastowe zawezwanie lekarza?

Powinna zastosować wówczas środki tak proste i niewinne jak krótkotrwała (kilku lub kilkunastogodzinna) głodówka, w czasie której podawać będzie tylko obojętne płyny jak herbatka lub rumianek, względnie rzadki kleik oraz lewatywę oczyszczającą.

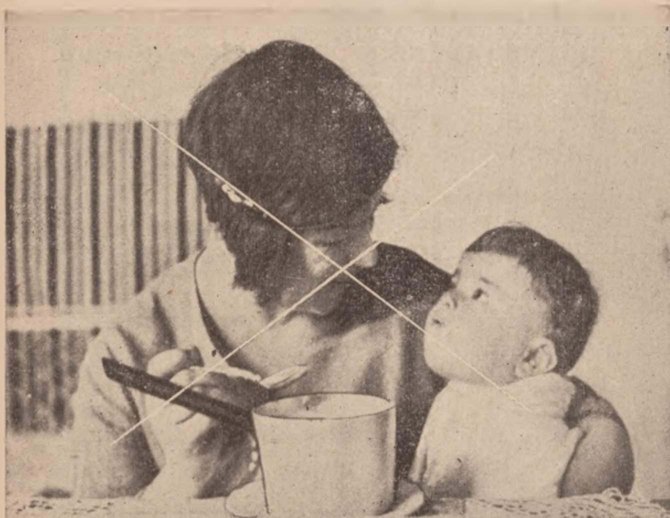
Środki te mogą nie doprowadzić do celu, gdyż źródło choroby tkwi gdzieindziej, lecz w każdym razie nie przyniosą szkody i nie zaciemnią obrazu chorobowego wezwanemu lekarzowi.

„Primum non nocere" (przede wszystkim nie szkodzić) — jest to naczelne wskazanie, jakie się wpaja młodemu lekarzowi. Oby ono również przeniknęło do świadomości ogółu matek. *Dr. M. Słopnicka*

Higiena, pielęgnacja i rozwój dziecka w obrazkach.

Dziecko je.

Rozwijajmy jak najwięcej samodzielności w naszych dzieciach.



Dziecko chce jeść samo. Karmione przez matkę nie ma apetytu, zaciska usteczka.

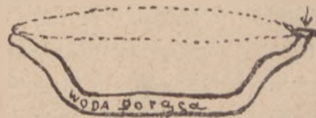


Nieraz w karmieniu musi brać ubział trzecia osoba, która zabawia dziecko, a i to wkrótce nie odnosi skutku.

Musio je sam z wielkim apetytem.



Dziecko 1—1½ roczne powinno już jeść samo. Aby jedzenie nie ostygło, jest na to...

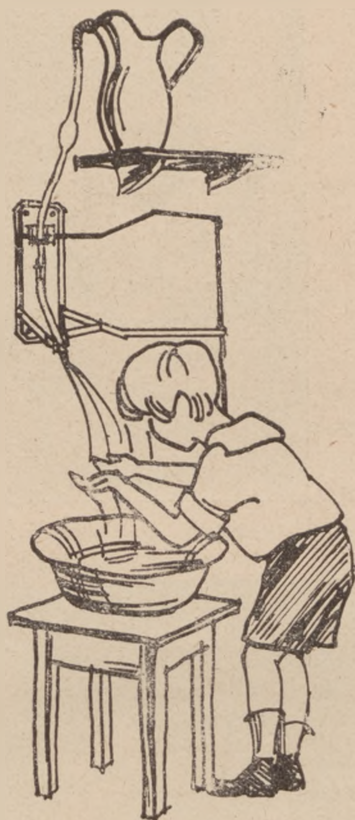


specjalny talerz o podwójnych ściankach, między które nalewa się gorącej wody.

Dbajmy o czystość i estetykę jedzenia.



Nie ma znaczenia, że początkowo dziecko je nieudolnie i więcej kalafiorka ma na serwecie i na buzi, niż w buzi.



Od pierwszej chwili dziecko musi się nauczyć mycia rąk przed jedzeniem.



Stolik dla dzieci musi być zawsze czysto i ładnie nakryty.



Kubek i łyżka — oto „narzędzia" jedzenia, odpowiednie dla najmłodszych dzieci.

Dziecko 3-letnie może już jeść widelcem. Staramy się, aby odrazu prawidłowo go trzymało.





Używanie noża i widelca jest dostępne dla dziecka 6—7-letniego, ale pod czujnym okiem matki. Dziecko, które tu widzimy, nie umie korzystać ani z noża ani z widelca.



Pocieszne jest, jak mały dzidziuś zajada wielki rogal! Jednak brzydkie przyzwyczajenia należy zwalczać zawczasu.

Zamiast prawić morały, służmy dzieciom własnym przykładem.

Dr M. ZAKS.

Kąpiel niemowlęcia.

Delikatna skóra niemowlęcia jest bardzo wrażliwa na rozmaitego rodzaju zakażenia. Zarazki, powodujące te zakażenia, mogą nie szkodzić dorosłym, którzy doskonale dają sobie z nimi radę, ale niemowlęta są bardziej wrażliwe i dlatego łatwo ulegają zarazkom. Stąd tak częste u niemowląt ropnie, czyraki i inne choroby skórne, połączone nieraz nawet z niebezpieczeństwem życia dziecka.

Dlatego to koniecznem jest utrzymanie koło dziecka jak najdalej posuniętej czystości, dotyczącej zarówno przedmiotów, z którymi dziecko się styka, jak i osób, które dziecko pielęgnują.

A więc przedmioty, używane dla dziecka, muszą być bardzo czyste, to znaczy starannie wymyte, a nawet wygotowane. Ręce zaś, za każdym razem, gdy mamy dotknąć niemowlęcia, wymyte w ciepłej wodzie z mydłem. Ale to nie wszystko jeszcze, bo i samo niemowlę musi być utrzymane w należytej czystości. A to osiągamy przez kąpiele.

Niemowlę musi być kąpane codziennie. Kąpiel zaś nie zwalnia nas od podmywania dziecka przy każdej zmianie pieluszki.

Niemowlę kąpane codziennie jest czyste, pachnące i wystawia dobre świadectwo swej matce; niemowlę niekąpane jest brudne, cuchnie potem, a często i moczem i świadczy, że jego matka nie ma zamiłowania do czystości.

Spostrzeżono, że śmiertelność wśród niemowląt, pochodzących ze sfer zamożniejszych i kulturalniejszych, jest mniejsza, niż wśród niemowląt, pochodzących z warstw uboższych, mniej kulturalnych, to znaczy z tych warstw, w których czystość jest mniej przestrzegana.

Skóra u dziecka, tak samo zresztą jak i u dorosłych, odgrywa bardzo ważną rolę fizjologiczną. Nie służy ona tylko jako ochrona dla wewnętrznych narządów ustroju, ale sama też jest narządem wydzielniczym, wydziela bowiem pot i łój, poza tym reguluje ciepłotę ciała i t. p.

Przez codzienne kąpiele utrzymujemy skórę nietylko w czystości, ale też wpływamy na jej lepszą czynność. Słowem, kąpiel jest naprawdę nieodzownym czynnikiem prawidłowego rozwoju dziecka.

Niemowlęta naogół lubię się kąpać. Kąpiel jest dla nich radosnym wydarzeniem; czują one instynktownie jej potrzebę. Zresztą nie tylko niemowlęta, ale również dzieci zpoza okresu niemowlęcego radują się kąpielą. Przypomnijmy sobie, jak trudno jest wyciągnąć dziecko z kąpieli rzecznej lub morskiej. Nic w tem dziwnego. Wiemy wszyscy, jak dobroczynnie działa

kąpiel na dorosłych — kąpiel nas orzeźwia, odświeża, odmładza.

Dziwić się tylko należy, że kąpiele nie cieszą się wśród ogółu matek takim uznaniem, na jakie zasługują.



Przygotowauie do kąpieli.

Byle drobiazg, jakaś nikła przyczyna przyprawia matkę o lęk: czy kąpiel dziecku nie zaszkodzi? A usłużne, niemądre sąsiadki jednogłośnie odradzają kąpieli.

Takie przecież niedomagamia, jak: katar, kaszel, trochę podniesiona ciepłota nie powinny stać na przeszkodzie kąpieli.

Niestety, strach przed tak zwanym „przeziębieniem“ podczas kąpieli jest tak rozpowszechniony, że trzeba aż walczyć z tym przesądem,

Zdarza się często, że mąż obwinia żonę, żona męża, matka babkę lub odwrotnie, słowem — ktoś kogoś czyni winnym za to, że dziecko po ostatniej kąpieli zagorączkowało i dlatego kąpiel przerywa się na szereg dni, a nieraz i tygodni.

Kąpiel nigdy dziecku nie zaszkodzi, owszem nawet podczas gorączki jest ona pożyteczna, bo obniża właśnie gorączkę. Dziecko, niekąpane nawet przez kilka dni, źle się czuje, gryma-

si, drapie sią, bo niemyta skóra zaczyna je swędzić. Swędzenie skóry powoduje niepokój, gorszy sen, dziecko zaczyna tracić łaknienie (apetyt), mizernieje.

Poza nielicznymi wyjątkami, w których lekarz zabrania kąpania dziecka na pewien czas, należy w pierwszym roku kąpać je codziennie, a w drugim roku przynajmniej co drugi lub trzeci dzień, po dwuch zaś latach chociaż raz na tydzień.

Pierwsza kąpiel niemowlęcia odbywa się zaraz po urodzeniu, po podwiązaniu pępowiny.

Po pierwszej kąpieli, polegającej właściwie na zmyciu ze skóry noworodka śluzu, smółki i krwi, nie kąpiemy go aż do czasu, gdy odpadnie pępowina. Dziecko podczas tej przerwy powinno jednakże być codziennie obmywane, szczególnie twarz, szyja, pachy, pachwiny i okolice narządów rodnych.

Dopiero po odpadnięciu pępowiny urządzamy dziecku codzienną kąpiel.

Przystępując do kąpieli dziecka, każda matka musi rozpocząć przedewszystkim od przygotowania samej siebie: myje ręce w ciepłej wodzie mydłem i szczotką, nakłada na siebie czysty fartuch, a na głowę zawiązuje białą chustkę lub nakłada czepek. Następnie przygotowuje wszystko tak, aby niczego nie szukać podczas kąpieli: wszystko musi być pod ręką.

W zimie kąpiel powinna być urządzona bliżej pieca. Ciepłota w pokoju winna wynosić około 20°—22° C. Oczywiście, w lecie zwracamy mniejszą uwagę na ciepłotę w pokoju.

Wśród przyborów niezbędnych do kąpieli muszą być: wanienka, stół, a na nim materacyk, gruba chustka lub kawałek flaneli, przykrytyceratką, na ceratce prześcieradło, na prześcieradle pieluszka. Na stole znajduje się miseczka lub głęboki talerz z czystą przegotowaną ciepłą wodą. Obok miseczki powinien znajdować się słoik lub pudełko z watą, dalej pudełko z pudrem (zasypka), mydło, myjak (wielka rękawica z jednym palcem), gęsty grzebień, miękka szczoteczka i naczynie do wrzucania zużytych kawałków waty.

(D. c. n.)

Dr. St. Średnicki.

Odpowiedzi na najczęstsze pytania matek.

Jaka jest wartość odżywcza bananów?

1) Czy banany posiadają dużą wartość odżywczą w porównaniu z innymi owocami?

Bardzo dużą; jest ona prawie dwa razy większa niż wartość odżywcza jabłek.

2) Od czego zależy ta tak znaczna wartośc odżywcza bananów?

Od dużej zawartości w nich białek roślinnych i węglowodanów (cukrów).

3) Kiedy zatem jest celowe podawanie dziecku bananów?

Wtedy, gdy chcemy wprowadzić do ustroju dziecięcego w większej ilości białko roślinne.

4) A czy nie należałoby stosować banany celem podania dziecku większej ilości witaminów?

Nie.

5) Dlaczego?

Bo banany nie zawierają prawie zupełnie witaminów i nie mogą wobec tego zastąpić soków z pomidorów, cytryny, pomarańczy, marchwi i t. p.

6) Z czym można porównać banan pod względem ilości witaminów?

Z ziemniakiem, który jednakże posiada nieco więcej witaminów niż banan.

7) W jakiej ilości dajemy zazwyczaj dzieciom banany?

W różnej ilości, zależnie od wieku dziecka — od 1 łyżeczki od herb. do 1—2 bananów dziennie.

Dr. P. Wójciak.

Pielęgnacja paznokci.

Jedną z wielu oznak, świadczących o złej pielęgnacji dziecka, są długie brudne paznokcie. Osoby dorosłe naogół poświęcają pielęgnacji paznokci dużo czasu, często nawet za dużo — obcinają je, czyszczą pilnikiem, nawet lakierują z wierzchu ..

Zastanówmy się nad sposobami pielęgnowania paznokci u dzieci. Przede wszystkim omówimy pielęgnowanie paznokci niemowlętom. Istnieje przesąd, który mówi, że obcinanie paznokci i włosów niemowląt sprowadza na nie chorobę. Jest to oczywiście absurd. Jako zasadę należy przyjąć — paznokieć nie powinien przerastać i wystawać poza opuszkę palców. Niezależnie więc od wieku dziecka, czy będzie miało kilkanaście dni, czy kilka tygodni, obcinamy

paznokcie tak u palców rąk, jak i nóg. Jeśli tego nie zrobimy, krzywdzimy dziecko. Niemowlęta, drapiąc się długimi paznokciami, mogą się nawet kaleczyć. Wprowadzone przy tym brud i bakterie mogą być przyczyną najróżnorodniejszych chorób skóry, między innemi różnych wysypek i ropni.

Dzieciom starszym również nie pozwalamy nosić długich paznokci. Długie paznokcie łatwo zatrzymują brud i kurz. Dzieci, które bardzo chętnie bawią się w piasku, łatwo zanieczyszczają sobie długie paznokcie. Przy myciu rąk trzeba dopiero ten brud i piasek usunąć. Zabiegi te u niespokojnych dzieci nie zawsze są łatwe, a osobie pielęgnującej zabierają dużo czasu.

Poza tym długie paznokcie często pękają, łamią się, dzieci zaś chętnie je obgryzają, co nie jest ani estetyczne ani zdrowe.

Paznokieć leży w „łożu", z którym jest ściśle związany i skąd odbywa się wzrost paznokcia. Łoże otacza paznokieć półkoliście i jest okryte skórą, która w postaci skórki zachodzi na paznokieć. O ile ta skóra rozrasta się nadmiernie i zarasta paznokieć, wtedy należy ją usunąć. Najlepiej przy pomocy kościanego nożyka lub metalowego pilnika, a w ostateczności nawet można ją obcinać przy pomocy małych nożyczek o cienkich ramionach. Nie należy tej skórki wycinać zbyt głęboko, gdyż uszkadzając okolicę łoża paznokcia otzymamy krwawienie. Nieobcinanie tej skórki może doprowadzić do jej pęknięć i naderwań, t. zw. zadr. Zadry są bardzo bolesne i są one wrotami, przez które zarazki mogą wnikać w głąb skóry. Zarazki te

mogą powodować powstanie w okolicy paznokci bardzo przykrych i bolesnych ropni.

Należy jeszcze wspomnieć, że paznokcie mogą chorować, t. j. mieć nadmierną kruchość, łamliwość, może ich brakować i t. d. We wszystkich tych przypadkach należy zasięgać porady lekarzy specjalistów chorób skórnych.

Technika obcinania paznokci.

Paznokcie rąk mogą być obcinane w kształcie półksiężyca, zwróconego swą wypukłością ku górze. Paznokcie nóg należy obcinać albo równo w postaci linji prostej lub w kształcie półksiężyca, zwróconego wypukłością w głąb łoża paznokcia.

Wszystkie dzieci noszą paznokcie obcięte równo z opuszką palca.

Znacznie łatwiej obcinać paznokcie, o ile noga czy ręka była moczona przez pewien czas w ciepłej wodzie. Moczenie zmiękcza w pewnym stopniu twardy paznokieć i skórkę. Dlatego najlepiej obcinać paznokcie po kąpieli.

Paznokcie obcinamy przy pomocy krótkich, lekko zakrzywionych nożyczek o szerokich ramionach lub przy pomocy specjalnych „kleszczy”.

Zabieg ten u małych dzieci najlepiej przeprowadzać we śnie. Obcinanie samo jest niebolesne, łatwo więc można je przeprowadzić w tym stanie.

Starszym niespokojnym dzieciom lepiej obcinać paznokcie z pomocą drugiej osoby, która trzyma je na kolanach. Mamusia będzie wtedy miała łatwiejszy dostęp do paznokci, a dziecko mniejszą możliwość wykonywania niespokojnych ruchów rękoma. Nigdy nie należy dzieciom lakierować paznokci, jest to niewskazane ze względów wychowawczych.

Dr. K. Ereciński.

Czy rosół jest naprawdę tak pożywny?

Nowość ludzi nie tylko bawi, ale i pociąga — nowość prawie w każdej dziedzinie. Z chwilą odkrycia witaminów niektóre mamusie w trosce o dobro swoich pociech, nawet karmionych piersią, już w pierwszych miesiącach życia chętnieby podawały im soki owocowe. Oczywiście soki owocowe są potrzebne i mają wartość, ale należy je podawać w odpowiednim wieku.

Ale ta dążność do nowinkarstwa nie przejawia się we wszystkich dziedzinach i nie u wszystkich ludzi. Są sprawy, w których pokolenie pokoleniu przekazuje przesądy, obawy i przyzwyczajenia.

Jeszcze do niedawna panowało ogólne przeświadczenie, że podanie choremu dziecku kilku łyżek rosołu doda mu wiele sił. „Przecież rosół z kury jest taki posilny i taki lekkostrawny” słyszy się nieraz z ust matek.

Przeświadczenie o wielkiej wartości odżywczej rosołu pokutuje u niektórych ludzi jeszcze do dziś. Wszyscy wiemy dokładnie, co kryje w sobie rosół; wiemy, że jest to wodny wyciąg z mięsa i włoszczyzny, uzyskany przez gotowanie.

Co więc może się z mięsa i włoszczyzny wygotować?

Otóż z mięsa nawet chudego przechodzi do wody tłuszcz, a oprócz tłuszczu przechodzą jeszcze sole i pewne składniki mięsa, rozpuszczalne w wodzie. Z włoszczyzny również przechodzi do rosołu trochę soli i nieco smaku.

Rosół z bardziej tłustego mięsa, lub kości możemy „odtłuścić”, zbierając tłuszcz z powierzchni w czasie gotowania

Wartość odżywcza rosołu jest niewielka. Średnio biorąc, jeden litr rosołu odpowiada wartości odżywczej jednego jaja kurzego. Ale rosół ma w sobie sole i składniki wyciągowe zarówno mięsa, jak i włoszczyzny i właśnie te składniki dodają

rosołowi aromatu oraz smaku, a przez to bardzo dobrze działają na apetyt. Poza tym bardzo rzadko podaje się tylko czysty rosół. Zazwyczaj jest on z kaszką, ryżem, makaronem i t. p. Wartość jednak odżywcza rosołu nie jest większa, niż jakiejś innej zupy.

Rosół więc jako czynnik, dobrze działający na apetyt, przy pomocy którego można podać i inne składniki pożywienia, odgrywa niewątpliwie ważną rolę.

Niemowlętom można podawać rosół już od siódmego miesiąca życia, jeden dwa razy w tygodniu. U dzieci skazowych, skłonnych do wysypek, nie możemy podawać rosołu, gdyż w tym przypadku wysypka zjawia się częściej i jest bardziej uporczywa.

Gatunek mięsa na rosół właściwie nie odgrywa poważniejszej roli. Ilość tłuszczu w rosole możemy dowolnie zmieniać, zbierając go w czasie gotowania. Mięso zwierząt starszych, naprzykład wołowe, zawiera mniej wody, a więcej tłuszczu i składników wyciągowych; z mięsa takiego rosół bywa bardziej esencjonalny i tłusty niż z cielęciny. Rosół z cielęciny i kury jest bardzo delikatny i dlatego chętnie stosuje się go dla niemowląt i małych dzieci. Rosół z kości jest najmniej smaczny, a poza tłuszczem zawiera bardzo mało innych składników, dlatego rzadko podaje się go dzieciom.

Dla dziecka w wieku przedszkolnym rosół przyrządza się zazwyczaj z 200 gramów mięsa, dowolnego gatunku, przez gotowanie około 45 minut w cwierci litra wody z dodatkiem włoszczyzny i szczypty soli kuchennej. Celowe jest gotowanie rosołu razem z jedną łyżką deserową kaszki lub ryżu.

Dr. J. Wyszogrodzki.

Ze skrzynki do listów.

Kiedy dzieci najlepiej przybierają na wadze?

Pani Eugenii S. w Łodzi:

Martwi się Pani, że przez cały pobyt na letnisku mały Wojtuś za mało przybrał na wadze.

Oby Pani nie miała większego kłopotu na głowie!

Warunki życia wielkomiejskiego są dla dzieci tak uciążliwe, że pobyt kilkumiesięczny na wsi jest dla nich koniecznością Nie da się nawet pomyśleć, żeby dziecko, które okrągły rok przebywa w murach wielkiego miasta, żeby to dziecko cieszyło się dobrym zdrowiem. Jeżeli zresztą nie da się ustalić u takiego dziecka jakiegoś organicznego cierpienia, to system nerwowy u niego będzie pozostawiał dużo do życzenia. Bo trudno sobie wyobrazić, żeby ta atmosfera wielkomiejska, ten ustawiczny zgiełk, harmider, ten gorączkowy pośpiech na każdym kroku, ta ostra walka o byt i w związku z tym troski i kłopoty rodziców — otóż trudno sobie wyobrazić, żeby wszystko to nie odbiło się na dziecku, na jego nerwach. Dlatego też, a nawet przede wszystkim powinno chodzić o wypoczynek nerwowy dla dziecka wielkomiejskiego, o wyrwanie go choć na kilka tygodni ze środowiska zgiełkliwego hałaśliwego w środowisko zgoła odmienne poza mury wielkiego miasta.

Dziecko odradza się nerwowo, jeżeli trafi i spędzi kilka tygodni w środowisku niczem prawie niezamąconej ciszy. A szczególnie cenną jest dla dziecka wielkomiejskiego ta swoboda ruchów na wsi, a zatem okazja i możność wyładowania nagromadzonej energii. Czatujące niebezpieczeństwo na każdym kroku w dużym mieście jest dla dziecka bardzo męczące, bo krępuje jego ruchy, trzyma jakby w cuglach jego naturę. Dopiero na wsi, gdzie jest dużo przestrzeni, wyzwala się prawdziwa jego natura. Tu dopiero zażywa swobody, swawoli i aż nadużywa swojej wolności. Nie żałować mu tego!

Nic też dziwnego, że niektóre dzieci pochłonięte tyloma nowymi miłymi wrażeniami, będące w ustawicznym ruchu, nie chcą jeść, bo nie mają na to dość czasu, nic też dziwnego, że dzieci te niekiedy w pierwszych tygodniach pobytu na wsi nie przybierają na wadze, ba, nawet czasem tracą.

Rodzice w tych wypadkach nie mogą wyjść z podziwu, że wieś wraz z dobrym, czystym powietrzem nie służy dziecku. I zaczynają wówczas szukać wad w letnisku. I znajdują: jest tam za sucho lub za wilgotno.

Powszechnie myśli się, że pobyt dziecka na letnisku musi wiązać się z jego przybytkiem na wadze.

Zjawisko odwrotne według rodziców musi mieć przyczynę bądź w ukrytej chorobie dziecka, albo w nieodpowiednim letnisku.

Słowem, do wagi dziecka na letnisku rodzice przywiązują szczególne znaczenie.

To też wagi uliczne w aptekach lub składach aptecznych miejscowości letniskowych cieszą się dużym powodzeniem.

Na twarzy mamusi, odczytującej cyfrę na karteczce tylko co zważonego dziecka, można dostrzec radosny uśmiech lub zmartwienie zależnie od tego, co mówi odczytana tam cyfra: przybytek czy spadek na wadze. Ta maleńka karteczka z zapisaną tam cyfrą, oznaczającą wagę dziecka, może wywołać duże poruszenie w rodzinie ważonego dziecka.

Cyfra pomyślna wywołuje pochopną radość, cyfra niepomyślna wnosi zmartwienie, albo jest nieraz przyczyną nieuzasadnionych posunięć ze strony rodziców.

Czy to jest słuszne?

Nie mam tu na uwadze niemowląt, które normalnie muszą mieć pewien minimalny przybytek wagi tygodniowej, dwutygodniowej lub miesięcznej:

Mam na myśli drobne dzieci oraz dzieci przedszkolne.

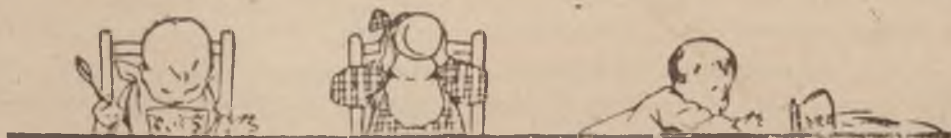
Nie jestem przeciwnikiem częstego ważenia tych dzieci podczas pobytu na letnisku. Jest to nawet pewna rozrywka, wnosząca troche urozmaicenia w monotonne i niekiedy nudne życie na wsi.

Gdyby nawet przypuścić, że waga, na której dziecko było ważone, jest bez zarzutu, to choć przybytek na wadze nie może nas nie radować, jednakże brak tego przybytku nie powinien nas smucić. Bo zdarzyć się może nieraz, że w pierwszych kilku tygodniach pobytu na letnisku dziecku może nie przybywać wagi, dziecko może niekiedy nawet trochę jej stracić, ale w następnych tygodniach braki swoje pod tym względem uzupełni.

Poczynione tysiączne spostrzeżenia dowodzą, że dzieciom najlepiej przybywa wagi od połowy sierpnia do połowy grudnia, mniej przybywa od połowy grudnia do połowy kwietnia, a największy przybytek ich wagi przypada na okres od połowy kwietnia do połowy sierpnia.

Niechże więc Pani nie przejmuje się skromnym przybytkiem wagi swego Wojtusia, bo to dotyczy wagi z okresu letnich miesięcy, kiedy wszystkie dzieci źle idą na wadze. Następne miesiące, miesiące pomyślne pod względem przyrostu na wadze dla wszystkich dzieci, będą napewno pomyślniejsze dla Pani małego Wojtusia.

Dr. St. Średnicki.



Podsłuchane rozmowy.

(Dwie matki).

Na półpiętrzu schodów wysokiej kamienicy spotkały się dwie matki. Jedna, matka małej Anusi, z radością wygiągnęła rękę na powitanie sąsiadki. Druga, matka Halinki, zatrzymała się ze źle ukrywaną niecierpliwością. Poznać było po niej, że śpieszy się ogromnie.

— Dokąd Pani tak pędzi — zagadnęła ją matka Anusi.

— Do domu, do dziecka. Zostawiłam ją na chwilę.

— Ja również — powiedziała matka Anusi. Tak dawno Pani nie widziałam. Trudno Panią ostatnio spotkać. Czy nigdzie Pani nie chodzi? Cóż to dzieje się z Panią?

— Mam przecież teraz dziecko — odpowiedziała tamta drżąc niemal ze zniecierpliwienia. Dziecko zabiera mi cały czas.

— I ja mam dziecko. Zajmuję się nim sama. A przecież zawsze mogę znaleść chwilkę czasu.

— Zupełnie nie pojmuję...

— Dlaczego — zdziwiła się pierwsza. Kiedy muszę wyjść z domu, pozostawiam je pod opieką jakiejś zaufanej osoby: matki, teściowej, siostry męża lub kogokolwiek, kto w domu przypadkiem się znajduje.

— Co Pani mówi? Nigdybym tego nie zrobiła; Nie rozumiem, jak wogóle można powierzyć opiekę nad dzieckiem przypadkowej jakiejś osobie? Taka osoba mogłaby mimowoli zlekceważyć potrzeby dziecka i w ten sposób wyrządzić mu krzywdę wielką.

— Naturalnie, droga Pani, nie obarczyłam nigdy obcej osoby żadnego rodzaju posługami wobec mojej Anusi. Nie. Ale kiedy dziecko nakarmię i ułożę do snu, mogę je śmiało powierzyć komuś innemu.

— Dziecko mogłoby się przestraszyć, gdyby po przebudzeniu zobaczyło obcą twarz zamiast twarzy matki. Moja Halinka przeraziłaby się nie na żarty.

— Nic podobnego. Zawsze staram się Anusię przyzwyczaić do widoku obcych. Nieraz, kiedy malutka nie śpi i bawi się, dochodzę do niej z mężem, z babką, z koleżanką, lub kimś innym, a potem usuwam się dyskretnie. Anusia prawie nie dostrzega zmiany i bawi się z ową „obcą“ osobą doskonale.

— Mojej Halince nie mogłabym tak łatwo podstawić kogoś innego. Widocznie jest bardziej uczuciowa od Paninej Anusi. Wykazuje do mnie większe przywiązanie.

— Nie sądzę, aby Anusia nie miała czułego serca, chociaż trudno o tem w niemowlęctwie sądzić, wiem, że lubi i mnie i męża i starszego

braciszka i ciotki, wujków... Lubi wszystkich, których jej odpowiednio zareprezentuję.

— I pani określa stosunek „uczuciowy" swojej córeczki do tych wszystkich ludzi, jako dodatni? Moim zdaniem, proszę mi wybaczyć za szczerość, taki brak wyboru uczuciowego, należy traktować, albo jako brak tej właśnie uczuciowości, albo małą jej skalę. Przyznam się Pani, że bardzo mnieby to bolało, gdyby Halusia nie czyniła żadnej różnicy w sympatii do mnie, a — dajmy na to — do Pani.

— Doprawdy — zaśmiała się matka Anusi A mnieby to wcale nie przeszkadzało, gdyby moja mała pokochała również i Panią. Chcę i dążę do tego, aby Anusi z ludźmi było dobrze i żeby ludziom z nią było dobrze. Wyjaśniłabym to Pani chętnie...

Ale matka Halusi spojrzała w tej właśnie chwili na zegarek. I gdy z przerażeniem zauważyła, że wskazówki przesunęły się znacznie naprzód, spiesznie uścisnęła rękę sąsiadce i pomknęła co sił w nogach, po schodach na górę.

* * *

Upłynęło kilka lat. W bramie szkoły powszechnej spotkały się obydwie panie. Matka Anusi pierwsza wyciągnęła serdecznie ręce do matki Halinki.

— Co słychać dobrego u drogiej Pani? Odkąd wyprowadziła się Pani z naszego domu, skąpo dochodziły mnie wieści o Pani. Radabym bardzo wiedzieć, co Pani tu robi?

— W jednakowej, zdaje mi się, jesteśmy tu sprawie. Tu są dodatkowe zapisy do szkoły powszechnej... Przyszłam córeczkę zapisać...

— Zaniedbała Pani zapisać dziecko we właściwym czasie? Doprawdy? Pani? Taka czuła matka?

— Nie, nie zaniedbałam, ale nie wiem, czy to przyda sie na co.

— A to dlaczego? Czy Halusia nie jest przypadkiem niezdrowa?

— Nie, niezdrowa nie jest. Jest może wątła, ale zdrowa. Tylko widzi Pani, mam z moją Halusią wielki kłopot...

— Jaki?

— Nie chce nigdzie być beze mnie. Ani nie mogę jej nigdy przy nikim z wyjątkiem męża i siostry w domu zostawić, ani nigdzie wysłać, chociażby na letnisko, ani też godzi się przez krótki nawet czas pozostać „sama".

— To dziwne — ja wysyłam moją Anusię od trzeciego roku życia na wieś. Raz wysyłałam ją do ciotki, a następnie — do pensjonatu dla dzieci. A w przedszkolu...

— To i w przedszkolu była Pani córeczka?

— A jakże. Bardzo je lubiła. Wychowawczynie wprost uwielbiała...

— A ja z moją małą mam ciągłe kłopoty. Kiedy przyprowadziłam ją do przedszkola, w żaden sposób nie chciała sama zostać. Bała się. Czego — nie wiem Sama widziała, że inne dzieci czuły sie tam dobrze. Bawiły sie wesoło. Nie chciało im sie nigdy wracać do domu. A moja — nie. Nauczycielka pozwoliła mi kilka dni być razem z dzieckiem Halinka

bawiła sie wtedy dobrze. Ale wystarczyło, żebym się oddaliła — próbowałam dwa razy — natychmiast porzucała zabawki i biegła zą mną. Ponieważ nie mogłam z nią razem chodzić do przedszkola, musiałam zeń zupełnie zrezygnować.

Szkoda wielka. Sądząc po mofej Anusi, dzieci wiele korzystają w przedszkolu.

— To samo powtórzyło się w szkole. Również nie chciała sama zostać. Również dzięki uprzejmości nauczycielki, byłam z nią dwa dni w szkole, ale dłużej nie można było.

Wcale nie mogę pojąć, dlaczego się ona tok ogromnie wszystkiego boi. Gdyby była głupia, albo niedorozwinięta, tobym rozumiała.. Czy Pani to pojmuje?

— Ależ oczywiście! Role się zmieniły, odwróciły.

— Nie rozumiem...

— Dawniej Pani się wszystkiego bała, a teraz Jej — córka.

— Co też Pani mówi? Ja się przecież szkoły nie boję!

— Mój Boże! Na tyle nie jest Pani bojaźliwa? To ładnie... Ale proszę sobie przypomnieć, jak Pani się zawsze o swoję Halinkę bała? Czy to zmieniło się obecnie?

— O Halusię to może i teraz się niekiedy niepokoję, ale poza tym...

— To wystarczy, droga Pani. Pani się boi o córkę, gdy jej nic widzi na oczy; więc ona uwierzyła, że należy się zawsze bać podczas nieobecności Pani. Poprostu mała przejęła się Paninym ustawicznym strachem i takie są tego rezultaty. Przecież nie pozwalała jej Pani nigdy przebywać w niczyim poza swoim towarzystwie.

— No tak. Ale to było podczas jej malenkości...

— Tak. Ale dziecko zawsze było przyzwyczajone tylko do Paninej wyłącznie twarzy, wobec tego boi się każdej nowej twarzy. Moja dziewczynka nikogo się nie boi. Zawsze starałam się przyzwyczajać ją do towarzystwa wielu „obcvch", jak to Pani niegdyś wytykała. W rezultacie Anusia nie zwykła nigdy patrzeć na obcych, jak na wrogów, którzyby chcieli ją skrzywdzić.

Matka Halusi westchnęła tylko smutno.

Stefania Lewartowicz.

Jak rozwijać instynkt społeczny dziecka?

Nieumiejętność nawiązania bliższego kontaktu z ludźmi, brak przyjaciół i poczucie samotności w gromadzie są wynikiem źle rozwiniętego instynktu społecznego. Instynkt społeczny jest wrodzony każdej istocie ludzkiej. Przeciętny, normalny człowiek dąży do tego, aby żyć w grupie, nawiązywać znajomości i mieć przyjaciół. W tych dążeniach wyraża się właśnie zdrowy instynkt społeczny.

W skutek nieumiejętnego wychowywania instynkt ten zostaje często u dzieci wypaczony. Rosną samotnicy, zamknięci w sobie, ludzie zgryźliwi lub chorobliwie nieśmiali, rozgoryczeni, pełni żalu do całego świata i pretensyj do otoczenia, które odwdzięcza im się również niechęcią.

Ani rodzice ani wychowawcy nie zwracają najczęściej uwagi na to, że Antoś lub Maryś nie umie się bawić z innymi dziećmi. Albo siedzi cicho sam, gdzieś w kąciku, albo przeszkadza dzieciom w zabawie, nie stosując się do ustalonych prawideł gry. Często też Antoś bije swoich kolegów, wyrywa im zabawki. Swoich nie pożycza. „Antosiu baw się grzecznie z dziećmi!" zwraca uwagę matka, zmęczonym głosem, w chwili, gdy znajome dzieci w ogrodzie przybiegają ze skargą na nieznośnego chłopca. Syn jednak nie przejmuje się zazwyczaj tą uwagą.

Antoś lub Maryś nie ma w szkole przyjaciela. Jest samotny i nieszczęśliwy. Z każdym dniem niemal jest chłopcu trudniej nawiązać kontakt z towarzyszami, wziąć udział w grze ogólnej. Antoś albo odsuwa się w cień tworząc sobie własny świat fikcyj i marzeń i wrogo patrzy na ludzi, bądź też, chcąc sobie wynagrodzić swoją samotność staje się napastliwy i bezwzględny. Albo siedzi cicho na ławce w ogrodzie, patrząc zazdrośnie, jak dzieci bawią się wesoło w nieśmiertelne „komórki do wynajęcia" lub „chowanego", albo teroryzuje towarzyszy, nie liczy się z ich wolą, i organizuje zabawy tak, jak jemu się podoba. Jednym słowem jest małym nielubianym dyktatorem.

Rosną Antosie, Jerzyki i Haneczki z wypaczonym instynktem społecznym. Nikt ze starszych nie nauczył ich solidarnosci, wdzięczności, wczuwania się w troski i radości innych dzieci i nie nauczył tworzyć i szanować pewnych norm.

A przecież już od najwcześniejszego dzieciństwa można obserwować objawy instynktu społecznego i odpowiednio go kształtować. Już w trzecim miesiącu niemowlę **spostrzega**, aczkolwiek nie rozumie jeszcze, **głos i styl, spojrzenie ludzkie**, i uśmiecha się. Jest to pierwsza społeczna reakcja. W szóstym miesiącu życia nie-

mowlę zaczyna się orientować **w wyrazie mimiki i głosu ludzi,** otaczających je. W pierwszym roku życia poddaje się ono biernie wyrazowi twarzy osoby, pochylającej się nad nim, w drugim zaś półroczu **odróżnia już czy dorosły jest zagniewany na serio,** czy na **żarty.** Stara się już zwrócić uwagę na swoją osobę, szuka towarzysza do zabaw i próbuje nawiązać kontakt z ludźmi. W drugim roku zyskuje **zdolność obserwowania pewnych czynności** i w ten sposób zacieśnia związek między sobą a otoczeniem. Do trzeciego roku życia chciało, żeby je bawiono, teraz chce samo brać udział w zabawie i naśladować czynności ludzkie. Chce zupełnie świadomie być członkiem społeczeństwa. Jest to coprawda bardzo małe społeczeństwo, bo składające się tylko z najbliższej rodziny, niemniej jednak ma ono decydujący wpływ na rozwój instynktu społecznego. Matka, która się stale opiekuje dzieckiem, jest pierwszą osobą, z którą nawiązuje ono kontakt — pierwszy ścisły związek — ojciec, rodzeństwo, dziadkowie i pracownica domowa to pierwsi ludzie, wśród których uczy się rozmaitych form zachowania i które następnie przenosi na innych ludzi.

Od piątego roku życia następuje charakterystyczna zmiana dla rozwoju instynktu społecznego. Dziecko dąży do nawiązania stosunków z ludźmi wogóle. Rodzina najbliższa przestaje mu wystarczać. — Szuka rówieśników jak i partnerów do zabawy. Samotność zaczyna mu nieznośnie ciążyć. Dziecko pięcioletnie, to istota, w której instynkt społeczny już się w całej pełni ujawnia. Ustala się też jego charakter. Zarysowywuje się w stosunkach z ludźmi chęć górowania nad nimi lub podlegania im. Takie są naturalne etapy rozwoju instynktu społecznego. Należy dążyć do tego, aby wyżej wymienione objawy instynktu występowały w sposób normalny.

A dalsze jego koleje będą zależeć właśnie od wychowania, jakie dziecko otrzyma i od sytuacyj życiowych, w jakich się ono znajdzie.

Od wychowania więc w pierwszym rzędzie zależy kształcenie tego instynktu.

Antoś, Jerzyk i Haneczka muszą być przede wszystkim S a m o d z i e l n i. Muszą obsługiwać siebie i pomagać innym. Muszą sprzątać sami swój kącik, czyścić buciki i nakrywać do stołu. Haneczce nie wolno bezmyślnie zaśmiecać podłogi. Musi się liczyć z czasem i siłami domowników. Siedmioletniemu Jerzykowi nie wolno prosić o zasznurowanie bucika, bo musi już tę umiejętność sam posiadać. Antoś musi mieć wpojone od najwcześniejszego dzieciństwa przekonanie, że nikt w domu (ani matka, ani babcia, ani służąca) nie istnieją po to, aby mu usługiwać. Antoś musi się ubierać i jeść sam. Musi też być odpowiedzialny za to, co mówi i robi. Musi opierać się na własnych siłach. Nie może prosić, aby mu każdy drobiazg przynoszono i wykonywano za niego wszystkie trudniejsze czynności. Antoś nie może być książątkiem w domu. Musi być traktowany jak człowiek, narówni z innymi domownikami. Tylko w ten sposób wychowany Antoś, czy Maryś, nie będzie miał

cech despotycznych i nie będzie dążył do górowania nad innymi.

Antoś musi się wychowywać w gromadzie. Jest to bodaj najistotniejsza droga do prawidłowego rozwijania instynktu społecznego.

W znajomej rodzinie wychowawczyni zmuszała do bawienia się dwoje kłócących bliźniąt w oddzielnych pokojach. Zyskiwała w ten sposób upragniony spokój, ale jaką krzywdę wyrządzała tym dzieciom! Podsycała między nimi wzajemną niechęć, zamiast doprowadzić do wzajemnego porozumienia.

Nie wolno dzieci chować w czterech ścianach, choćby znajdowały się one tam pod najczulszą opieką rodziców i wychowawczyni. Na niczym nieugruntowane jest przekonanie matek, że ukochany jedynak nie może chodzić do przedszkola, bo tam musi dostać jakiejś choroby. Niczym również nie są rzekomo źle wychowane. W ten sposób wychowane dzieci wyrastają na ludzi społecznych.

Ażeby dziecko miało odpowiednie nastawienie do życią i ludzi musi się od wczesnego dzieciństwa wychowywać w gronie rówieśników. Nie wolno go zamykać w czterech ścianach mieszkania i otaczać tylko dorosłymi, choćby ci byli dla niego jak najżyczliwiej usposobieni. Musi przebywać w towarzystwie innych dzieci. Gdy pozna prawa, rządzące tym małym społeczeństwem, gdy będzie brało udział w zbiorowym wysiłku i zobaczy jego wyniki, wtedy dopiero jego instynkt społeczny znajdzie właściwy wyraz i dziecko będzie rosło na prawdziwego, pełnego człowieka.

Tylko w ten sposób, że będziemy dziecko uczyć **samodzielności, szacunku dla obowiązujących norm etycznych i wychowywać je w gromadzie**, przyczynimy się do tego, że jego instynkt społeczny należycie się rozwinie. Będzie ono umiało nawiązać kontakt z ludźmi i nie będzie się skarżyło na samotność.

Zwracając baczną uwagę na kształcenie instynktu społecznego od wczesnego dzieciństwa, damy człowiekowi podstawy do zdobycia szczęścia.

M. Różycka.

Praca, czy zabawa dzieci?

Siedzą na ławce w Parku Ujazdowskim. Obok mnie trzyletni Żdziś kopie piasek, który wrzuca do wiaderka, Po czym napełnione wiaderko wywraca, a piasek wysypuje. I znów napełnia, i znowu wysypuje. Zdawałoby się: bezmyślna, bezcelowa, czynność. Żdziś jednakże jest całkowicie tą czynnością pochłonięty. Bawi go ruch drobnych cząsteczek gleby, podległej jego woli. Piasek sypie się, jakgdyby „leje", „kurczy się". Podoba się to dziecku. Przychodzi dozorca. Burczy na matkę, że pozwala dziecku psuć aleje, wyprasza ją z parku. Dozorca odchodzi. Dziecko jest zwarzone, smutne. „Pojedziemy do parku Jordana, tam

wolno kopać. I tyle tam piasku!“ — mówi matka. Rozglądam się dalej. Z bocznej alei wpada „samochód“: pu, pu, pu! Mały Janek obraca w powietrzu zaciśniętymi piąstkami, prowadząc urojone auto i pędzi, pędzi, a siostrzyczka jego (może o rok młodsza) stara się nadążyć za nim. I tak bez żadnych zabawek dzieci niekiedy bawią się aż do zmęczenia, aż do wyczerpania. Przebiegły szmat drogi, pędząc dokoła gazonu, „napracowały się“, i oto znużone siadają na ławce obok mamusi, czy opiekunki.

W zabawie dziecko wyładowuje się całkowicie. Świat jego wyobraźni wzbogaca się, świat myśli nabiera treści, dojrzewa.

Oto grupa dzieci bawi się w „tramwaj“. Konduktor sprzedaje bilety. Motorniczy prowadzi wóz, pasażerowie jadą, wyglądając oknami i rozmawiając ze sobą. „Co robić z dziećmi, które, rozmiłowawszy się w danym rodzaju zabawy np.: zabawy w szkołę, czy tramwaj, nie można od tej zabawy oderwać, nie podobna niczym innym zająć?“ pyta mię przedszkolanka. Codziennie bez żadnych zmian powtarzają wciąż te same ruchy i bezmyślnie wypowiadają te same wyrazy.

Wychowanie polega między innymi na nadaniu kierunku naturalnemu rozwojowi dziecka, zgodnie z prawami, jakim ten rozwój podlega. Zmiana miejsca, jakiś dalszy spacer, zwrócenie uwagi dzieci na nowe fakty i zjawiska zaradzi biernej zabawie, położy kres monotonnemu powtarzaniu jednych i tych samych ruchów i czynności, wyrwie myśl dziecka i jego wyobraźnię z bezwładu, pokarm da nowy dziecku i nada kierunek dla fantazji i życia jego. Dostarczając dziecku tych nowych wrażeń, należy jednakże liczyć się z tym, by te zmiany nie zachodziły, ani zbyt często, ani zbyt nagle, by treść nowego otoczenia nie była zbyt bogata (wystawy, muzeum, nagromadzenie wielu zabawek i t. p. nużą i wyczerpują dzieci), by same życie dorosłych: proste, naturalne, pogodne dostarczało tego pokarmu dla życia dziecka, by było dlań skarbnicą, z którejby mogło czerpać treść dla swych pomysłów i zabaw.

Zważywszy jednak, że nie należy dziecka w ciągu pierwszych sześciu lat ani rozwijać sztucznie, ani zabawiać, skoro przenosimy je w inne, nowe dlań otoczenie, pozostańmy biernymi obserwatorami, a więc nie zwracajmy uwagi dziecka na szczegóły, ogólnie jeno podkreślając piękno otoczenia, ciekawsze zjawiska przyrody, czy też twory rąk ludzkich (mrowisko, lub statek na rzece i t. p.) Dzieci z pewnością żywo zainteresują się otaczającymi je zjawiskami i rzeczami, które dostarczą im szeregu tematów do zabaw. Dziecko bowiem lubi wielkie przestrzenie, ruch i t. p. Wszelka nowość zwłaszcza zagadki, których mu życie dostarcza, zaciekawiają je i bawi. I dlatego przebywanie w małym ogródku lub w jednym i tym samym pokoju przykrzy mu się. Prosi więc, by z niem wyjść na ulicę, na miasto lub do parku. Lubi dziecko naśladować, „małpować“ czynnońci ludzi i zwierząt Lubi

wyolbrzymiać i kształtować wszystko na modłę dawniej nabytych wyobrażeń, zasłyszanych historyj, opowiadań i bajek. Świat urojony ma (jak wiemy) dla dzieci urok większy niźli rzeczywistość. I dzieci fantazjują, ubarwiając i fałszując rzeczywistość. A rodzice i wychowawcy strofują i karzą je za „kłamstwo“ i „oszustwa“. Jakże często paczą tym sposobem wrażliwe duszyczki dziecięce! „Ja nie chciałem“ — „ Ja naprawdę myślałem, że“... wymknie się niekiedy z ust dziecięcych usprawiedliwienie. Na pytania. czego chciało? co myślało? nie odpowie. Tylko zawstydzone spuszcza główkę i milczy. Czyż potrafi oddać słowami te przeżycia i obawy, których dorośli nie dojrzą, ani ocenią? O jakichś nakazach etycznych, lub zasadach moralnych pojęcia najmniejszego nie ma. „Nie wolno“, „starsi nie pozwalają“, lub „zrobię to, chociaż nie wolno, bo to takie ciekawe, zabawne“: oto probierze postępowania dziecka. Pragnie swobody, łaknie szczęścia. A tym szczęciem jest dlań zabawa, często okupiona trudem i mozołem, niemniejszym od planowej pracy dorosłego, która zysk materialny, czy kulturę ducha, świadomie przez plan pracy zakreślone, ma na celu. I niezależnie od tego, czy praca ta daje zadowolenie pracownikowi, czy jest dlań trudem wymuszonym przez ciężkie warunki życiowe, samo zobowiązanie się do danej czynności, konieczność jej wykonania dla korzyści, czy dobra ogółu odróżnia ją zasadniczo od zabawy, mogącej być w każdej chwili przerwaną bez szkody dla dziecka i społeczeństwa. Dziecko jest organizacją psychiczną, rozwijającą się wciąż. O pracy planowej, celowej, usystematyzowanej nie podobna nawet myśleć w stosunku do dziecka w wieku do lat 7-u, a niekiedy 8-u. Jedynie wdrażanie dziecka od niemowlęctwa do czystości, regularnego przyjmowania posiłków, dobrych nawyków jako to: mycie zębów, płukanie gardła, uprzejmość w stosunku do innych ludzi, udzielanie pomocy słabszym i t. p. mogą mu niekiedy ciążyć i krępować do pewnego stopnia jego swobodę. Poza tym jednak, udziałem dziecka w tych latach jest zabawa. Niekiedy naraża ona dziecko na zmęczenie i trudy, które podjęte przez nie dobrowolnie z własnej nieprzymuszonej jego woli ma na celu jedynie przyjemność, jedynie rozkosz i nic poza tym. Nic poza ukrytym prawem życia do tego działania go nie skłania. I owa to nieprzymuszona czynność, mająca jedynie na celu uciechę dziecka, jego bezpośrednie zadowolenie, nosi miano zabawy w odróżnieniu od pracy dorosłego. Po roku zaś siódmym należy dziecko do pracy wciągać bardzo oględnie, stopniowo przechodząc od ulubionych przezeń zabaw, do zajęć, które początkowo będą mu **podsuwane jako zabawa**, potem jako **czynność zajmująca**, następnie jako **trud** podjęty w celu zdobycia nowej ciekawej wiadomości, nowej sprawności, czy szeregu pożytecznych, interesujących, zdobycie wiedzy, umiejętności nowej, czy sztuki mających na celu. A cele te coraz wyraźniej zarysowywać się

będą przed oczami i wyobraźnią dziecka. Praca zaś, idąca po linii zainteresowań, uzdolnień i upodobań dziecka, będzie tym ostatnim ogniwem w dążeniach i działaniu dorastających (chłopca czy dziewczyny), świadomą celu czynnością, która zastąpi z wiekiem zabawę, spychając jej sens i znaczenie dla rozwoju życia danej jednostki na plan dalszy. Zabawa stanie się z wiekiem chwilową jeno rozrywką, odpoczynkiem w przerwach pomiędzy jedną pracą, a drugą. Człowiek dorosły będzie zawsze tęsknić do pracy. Lecz zanim na skutek całego szeregu przemian fizjologicznych i duchowych zaistnieje w dorastających: chłopcu czy dziewczynce, taki pogląd na pracę i taki stosunek do niej, dziecko musi swobodnie się bawić i **tylko bawić. Bo życie dziecka to ciągła zabawa. Dziecko rozwija się, kształci, doskonali w zabawie i przez zabawę.**

Dr. C. Bańkowska.

Współpraca.

Gdy się widzi w wielu rodzinach rozbieżności celów i środków wychowania u poszczególnych wychowawców, przychodzi na myśl sąd Salomona. Wydaje się, że te wszystkie osoby, kochające dziecko i pragnące gorąco jego dobra, postanowiły wedle wyroku króla-filozofa rozdzielić je pomiędzy siebie na kawały. Salomon wszelakoż nie omylił się, licząc na to, że najgoręcej kochające serce, serce matki, nie dopuści do ćwiartowania dziecka, raczej zrzekając sie ofiarnie swoich praw.

W rodzinach wszelakoż system szarpania dzieckiem każde w swoją stronę, najbardziej zabójczy system, gwarantujący przytem niepowodzenie wszystkich bez wyjątku sprzecznych, a jednocześnie czy kolejno stosowanych środków spotyka się bardzo często.

Mamusia jest „słaba", uważa to za przywilej swojej macierzyńskości, pozwala na wszystko. Ojciec spostrzega to i odczynia zły urok rozpieszczenia drakońską srogością. Babcia skłania dziecko do praktyk religijnych, wolnomyślni rodzice wyśmiewają je. Zdezorjentowana wychowawczyni, po nadaremnych próbach uzgodnienia, zgrubsza już tylko ochrania dziecko od skutków krańcowości i przestaje wychowywać lub pocichu usiłuje przeprowadzać swoje koncepcje.

Poza tym stałym chaosem wychowawczym połączą się jeszcze uboczne wpływy już całkiem przygodnych, nie proszonych i nie dziękowanych „współwychowawców", którzy też usiłują — jedni „ideowo", drudzy lekkomyślnie, ku własnej wierze czy z dobrego serca — wtrącić swoje trzy grosze.

Wśród tego wszystkiego pomiędzy tym niezgrabnym zespołem wychowawców powstają zgrzyty i tarcia pogarszające sytuację.

Czasem pojawia się konkurencja o pozyskanie sympatji dziecka. Mamusia kary i represje, które uważa za konieczne, woli złożyć na rękę ojca, wykazując dziecku, że to nie ona; to tatuś... Ojciec jest rozgoryczony, że robią z niego coś w rodzaju kata w rodzinie. Przykre rozkazy i zakazy poleca się wychowawczyni — to jej monopol — jej obowiązek. „Niech pani im nie pozwala", „niech im pani każe" — a przy odwołaniu do mamusi: „skoro Pani nie pozwoliła no to trudno — ja **nie mogę** pozwolić". Albo jeszcze gorzej: „Może już Pani będzie łaskawa na ten raz — pozwolić". Bywa też, że rodzice żądają od wychowawczyni, nie tylko żeby dziecko było karne, grzeczne, idealne w każdym celu, ale nawet, żeby dla przyśpieszenia tych błogich rezultatów nie szczędziła choćby najsurowszych kar i represyj — które jednak potem wydadzą się okrucieństwem i będą nawet wręcz przy dzieciach odwołane: „Niech go pani już nie męczy" i t. p.

Wśród tego wszystkiego pożałowania godni bywają wychowawcy, ale najgorszy jest los dziecka, które moralnie przypomina dziecko z sądu Salomona, na którem wyrok wykonano bez miłosierdzia.

Może w każdym ze stosowanych naraz systemie były motywy dodatnie i ujemne, ale najprawdopodobniej jeden z nich stosowany stale i konsekwentnie, pomimo nawet wadliwości, czy krańcowości swoich, byłby dał dużo lepsze rezultaty niż kilka systemów, które miały się wzajem uzupełniać czy naprawiać, a wzajemnie kompromitowały się i stwarzały atmosferę zamętu niszczącego wszelki wpływ dodatni, potęgując tylko ujemne.

Aby zwalczyć zły wpływ sprzeczności, przede wszystkim sobie powiemy, że najnieodzowniejszym warunkiem powodzenia przy wychowywaniu jest zgodna jednomyślność zespołu wychowujących, ich zharmonizowana współpraca, a poza tem przyjęcie pewnego stałego systemu, niedopuszczającego ustawicznych zmian, zmian nie w szczegółach, tylko w kierunku wychowania.

Zharmonizowanie — to rzecz niezmiernie trudna. Tak trudna, może

u nas przy rozroście indywidualizmu trudniejsza jeszcze niż gdzie indziej, że niektórzy sądzą, że dążyć raczej należy do oddania całego wychowania w jedne ręce — oczywiście godne zaufania — i niemieszania do tych spraw już nikogo poza wybraną osobą.

Jest to bezwzględnie lepsze, niż szarpanie dzieckiem każdy w swoją stronę, ale to nie jest idealne, po pierwsze: bo nikt na ziemi — więc i ten choćby najszczęśliwiej wybrany wychowawca — nie jest nieomylny i doskonały, a gdy szczerze do doskonałości w pracy dąży, pragnie zawsze w bardzo skomplikowanym i trudnym zadaniu swoim krytyki życzliwej i rzeczowej, ułatwiającej osiągnienie dobrych rezultatów. Po drugie: jeżeli tym jedynym wychowawcą będzie jedno z rodziców, drugie z łatwością stać się może osobą obcą dla własnego dziecka, co jest nie tylko krzywdą wyłączonego, który jak matka z sądu Salomonowego mógłby się na to zgodzić, ale i dla dziecka, stającego się w ten sposób jakoby półsierotą. Taka zupełna neutralność dopuszczoną byćby mogła jedynie w wypadkach krańcowej nieudolności usuwającego się, charakteru stanowczo nie nadającego się do zbliżenia do dziecka np. nieokiełznana popędliwość, nerwowa antypatia do wychowańca, absolutna apedagogiczność, niemożność porozumienia z dzieckiem. Poza tymi wypadkami o wiele lepiej będzie, gdy przy pozostawieniu kierownictwa w jednych rękach, np. matki, jednak i ojciec w porozumieniu z nią ścisłym, nie usunie się całkiem. Po trzecie i dlatego niecelowem okaże się dążenie do całkowitego odsunięcia wszelkich wpływów poza jedynym, że taka izolacja jest prawie niemożliwa do przeprowadzenia, gdyż obok świadomie, kierującej wychowaniem osoby zawsze jest sporo podświadomych współwychowawców, których wpływy można ograniczyć, ale nie sposób odrzucić je zupełnie.

Z tymi przygodnymi wtrąceniami się do sprawy wychowania odrazu rozprawimy się bez kompromisu: kto nie z nami — ten przeciwko nam. Czy to będą uprzejmości, czy pochlebstwa, czy zakusy niedowarzonych pedagogów-amatorów — postaramy się im wytłumaczyć, że najlepiej uczynią nie mięszając się nie powołani.

Trudniej bywa, gdy nie możemy, pomimo przyznania nawet słuszności w ogólnym kierunku i uznania dla dobrej woli czy zacnego charakteru wychowawczyni, uzgodnić z nią np. szczegółów odnośnych do postępowania z dzieckiem. Rozdźwięki nie są poważne, tak, że żalby nam było oddalić wartościową osobę od dziecka, ale są jednak wyraźne w szczegółach rozbieżności. Wychowawczyni powołuje się na swoją fachową wiedzę, na swoje doświadczenie, na bezstronny sąd — ale rodzice mają za sobą swoją rodzicielską władzę — może głębsze wyczucie indywidualnych potrzeb swojego dziecka. Im wartościowszą jest taka wychowawczyni, tym trudniej jej to przyjdzie, powinna jednak podporządkować się woli swych pracodawców, o ile zechce pozostać na stanowisku.

Podporządkować im się powinna nie powierzchownie i nie połowicznie, tylko szczerze i do dna, nawet gdy jest głęboko przekonana, że nakazy rodziców są błędne. Błędy te byłyby jeszcze szkodliwsze, gdyby je usiłować naprawiać, przeprowadzając pocichu swoje koncepcje. W imię właśnie dobra dziecka albo trzeba zupełnie i uczciwie poddać się woli jego rodziców — albo odejść.

Ale i rodzice powinni uświadomić sobie, że żądają od osoby zależnej dużego poświęcenia i nie utrudniać go, tylko uczynić jak najmniej uciążliwym. Naturalnie jeżeli zgoda i harmonia jest zupełnie nie do osiągnięcia, trzeba się rozstać!

Tu jeszcze dosyć często natrafiamy na konflikt nic nie mający wspólnego ani z celami ani z metodą, wiodącą ku nim, konflikt na tle macierzyńskiej zazdrości. Gdy dziecko prawie ciągle przebywa właśnie z dobrą, taktowną i przywiązaną do siebie wychowawczynią, często przywiązuje się do niej jak do osoby faktycznie najbliższej sobie, rozumiejącej je, współżyjącej z nim serdecznie w codziennej nad nim opiece. To zbliżenie, nawet bez żadnej świadomej ze strony wychowawczyni chęci, matkę usuwa pomimo woli na dalszy plan, co ją znowuż dotyka boleśnie. Naturalnie o umyślnym odsuwaniu dziecka od rodziców mowy tu niema, tego rodzaju zakusy likwidować się muszą jak najszybszym rozstaniem się z nieuczciwą osobą, ale bez najlżejszej winy z jej strony, często właśnie z powodu jej dużych walorów i najcenniejszego z nich: serdecznego stosun-

ku do dziecka, zwłaszcza wobec niemożności czy nieumiejętności matki obcowania bliższego z dzieckiem — dziecko, przybliżając się do osoby obcej, oddali się od niej. O ile jednak wychowawczyni potrafi tę „daleką“ rodzicielkę uczynić przedmiotem czci dziecka, idealizować ją w tym oddaleniu, szkody to nie przyniesie wzajemnemu stosunkowi obu, owszem — niekiedy nawet korzyść. W imię dobra dziecka lepiej, nie mogąc samej mu się oddać i pociągnąć go do siebie pozostawić dziecko pod opieką kochanej i kochającej, dobrze prowadzącej je wychowawczyni, niż postarać się o taką, do której dziecko nie będzie mogło się przywiązać.

Uboczne drogi oddalania dziecka od opiekunki, o jakich wspomniałam: celowe jej narzucanie represyj, przykrych dla dziecka nakazów czy zakazów, jest nie tylko niesprawiedliwe, ale zgubne w skutkach.

Dziecko, psute przez matkę, zasłaniającą się wychowawczynią, będzie o ile można korzystało z sytuacji, ale jednocześnie straci podświadomie wiarę w prawa matki, która z nich abdykuje na rzecz osoby obcej, nie zakorzeni się w jego świadomości poczucie, że nim kieruje nie czyjś kaprys, tylko jakieś obligujące ogół, głębsze zasady. Dziecko małe znosić będzie teror wychowawczyni i da to może pozory dobrego wychowania, ale gdy podrośnie — gdy opiekunka ze swymi rygorami odejdzie — sprobuje teraz samo narzucić swoją wolę

matce, uosobieniu słabości, rzeczniczce ustępstw i dogadzań.

Dopiero gdy się obserwowało takie niewspółmierne z lekkomyślnie i bez złej woli popełnianymi błędami zemsty losu, rozumie się — niestety za późno — tragiczną ich doniosłość. Dopóki rozchodziło się o osoby obce w domu, była jeszcze możność rozwiązania konfliktu, usuwając tych obcych ludzi od dziecka. Nawet gdyby chodziło o bliskich krewnych — i ci, rzecz oczywista, muszą ustąpić wobec rodziców. Najgorzej, gdy właśnie pomiędzy nimi dwojgiem niema harmonii i porozumienia.

Sądzę, że będzie tutaj najczęściej tak, jak wobec Salomonowego wyroku: poświęci się to z dwojga, które więcej kocha dziecko, a wie, że szarpanie nim gwarantuje zupełną ruinę wychowawczej pracy. Bywa jednak, że pojmując tę rzecz inaczej jedno z rodziców usiłuje akcją swoją łagodzić czy unicestwiać błędy drugiego. Wtedy matka nadmiarem i pieszczot i tolerancji reaguje na zbytnią, jej zdaniem, surowość ojca; wtedy ojciec przeciwdziała słabości i miękkości matki, podwajając srogość i żądając spartańskiej tężyzny. Niestety te nadmiary tylko jeszcze powielą potęgę złego wpływu błędów czy fałszywych nastawień. Jedynym możliwym uratowaniem sytuacji jest tutaj przeprowadzenie jednak uzgodnienia poglądów choćby nawet kosztem niepożądanych w zasadzie ustępstw, gdyż nic nie będzie gorszym od wojny na terenie dziecięcej duszy. Trudniej o jakieś bądź uzgodnienie tam, gdzie idzie nie o zasady, ale o charakter jednego lub obojga wychowawców — wtedy przychodzi czasem do ustąpienia jednego z rodziców i wycofania dobrowolnego swych wpływów, albo do zrzeczenia się ich obojga na rzecz wspólnie obranej osoby trzeciej, czy zakładu wychowawczego.

Jest to nad wyraz smutne, a jednak lepsze od nieustającego spierania się dwu wpływów wstecznych, podminowujących wszelki dodatni wychowawczy wpływ. *M. Benisławska.*

Hanusia nie ma słuchu.

Hanusia ma 8-my rok. Jest drobna, szczupła, delikatna, ale pelna temperamentu. Hanusia jest inteligentna, bardzo wrażliwa na linje i barwy, w rysunkach wykazuje nieprzeciętne zdolności. Nie wyśpiewa natomiast najprostszej melodji,, słyszanej choćby sto razy. Jej ojciec też nie wyśpiewa. Dziedziczne. Poza tym dziecko jest wogóle w domu pozbawione „pożywki" muzycznej matce bardzo rzadko zdarzy się, żeby zanuciła jaką piosenkę; nikt na niczym nie gra; radio — owszem — jest, ale na słuchawki, od których Hanusię bolą uszy, więc dziewczynka niechętnie słucha audycji. A jednak.. A jednak Hanusia przepada za muzyką, za tonem, za dźwiękiem. Odzwierciadla to się w sposobie, w jaki czyta wogóle, a przede wszystkim w jaki czyta wiersze, smutek, radość, ból,

rozpacz, strach — wszystko to znajdzie u niej swój odpowiednik głosowy. Dziewczynka ma instynkt dźwiękonaśladowczy, miarkowany jej własnym poczuciem artystycznym.

Co się tyczy owych wierszy, to ona je właśnie... śpiewa, nie czyta. Śpiewa na jakieś swoje „bezmelodyjne" melodyjki, doskonale podchwytując charakter i rytm wiersza; po prostu tworzy melodie, jest maleńkim kompozytorem o bardzo silnym i ciekawym poczuciu muzycznem. Jeśli natomiast chodzi o piosenkę o określonej melodii, to sama Hanusia powiada zmartwiona, że słyszy ją dobrze, ale nie może powtórzyć.

Gdy zapomni, że „trzeba" się tym martwić, powtarza ją z przejęciem na własną modłę, wywołując często konsternację w otoczeniu.

Uczę Hankę drugi rok i doszłam do wniosku, że dziewczynka słuch właściwie ma, tylko niewyrobiony i poza tym nie umie stroić swego gardziołka. Trzeba ją tego nauczyć i słuch wyrobić.

Więc zapisaliśmy „delikwentkę" do ogródka jordanowskiego, gdzie bierze udział w zabawach ze śpiewkami; więc chodzi od czasu do czasu na przedstawienia dziecięce, w których piosenka — często wspólnie śpiewana — zajmuje też dużo miejsca. Poza tym — uczy się muzyki. Uczę ją sama według nowoczesnych wskazań: teorję wyciągam z praktyki, a pra tyką nie są tylko „nudne" ćwiczenia, ale gimnastyka rytmiczna, króciuteńkie piosenki, klaskanie rączkami, czasem wawet rysunek.

Rezultat jest taki, że po dwudziestu mniej więcej lekcjach — pomijając fakt, iż fortepianu uczy się Hanusia z wielką chęcią — może wyśpiewać (z akompaniamentem) gamę c-dur, kilka maleńkich mejodyjek i kiedy ranne wstają zorze. Coraz częściej daje wyraz głosowy różnicy tonów w jakiejś nowej piosence, głos jej nabiera pewności, staje się równiejszy, czystszy.

Takich Hanuś jest więcej. Czyż należy przeżegnać ich „brak słuchu"?

Nauczycielka Hanusi.

Dobre i ładne książki.

Jedna z ładniejszych książek dla najmłodszej dziatwy (choćby od lat 4-ch) są „Wesołe historie" *Ewy Szelburg*. Naturalnie, że te dziewięć naprawdę wesołych powiastek będą czytać z przyjemnością i siedmioletnie dziatki, bo język żywy i barwny, treść pełna humoru, tematy, druk duży — wszystko doskonale dopasowane do gustów i potrzeb milusińskich. Rysunki St. Bobińskiego, pełne rozmachu a jednocześnie prostoty — dopełniają artystycznej całości. Przytoczę parę tytułów tych powiastek: O kurce złotopiórce, Jak żabki Jasia zabawiły i t. d.

Książka l czy 65 stron. Oprawiona kosztuje 3 zł. Wydanie Lisowskiej.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. *Pani Wł. Żuczkowskiej.* Kaszkę którą Pani daje swemu synkowi w porze południowej, lepiej będzie przygotowywać na smaku z jarzyn. Nie mówi Pani o ilości cukru, dodawanego do mieszanki. Należałoby go dodawać w ilości 1½ łyż. od herb. na 100 g mieszanki. Stosunek mleka do kleju dobry. Waga chłopca w granicach bardzo skromnej normy. Wzrost duży.

2) *Pani B. Bojmowej.* Możemy Pani polecić książeczkę Dr. J. Śmiarowskiej pod tytułem „Higiena macierzyństwa" (cena zł. 4.—).

3) *Pani C. Goldratowej.* Dziecko 5½ — miesięczne może dostawać 5 razy na dobę — 6, 9,30, 4,30, 8, pierś, a o 1-ej w południe kaszę na smaku z jarzyn i jarzyny. Skład kaszy: 2 łyż. od herb. manny, 1½ — cukru, ½ — masła, 10 łyżek stołowych smaku z jarzyn. Jarzyny zaczynamy dawać dziecku, gdy się już przyzwyczai do kaszki, mniej więcej po 2—3 dniach. Z jarzyn dziecko może dostawać marchew, buraki, szpinak, kalafior, sałaty, — wszystko w postaci przetartej, w ilości stopniowo od 1

do 6 łyż. od herbaty. Gdyby pokarmu było mało, należałoby brak pokryć mieszanką — 2 części mleka, 1 część kleju owsianego + 1½ łyż. od herb. cukru na 100 g mieszanki. Soków z pomidorów, marchwi, względnie jabłka skrobanego, dziecko w tym wieku może dostawać koło 6 łyż. od herb. na dobę.

4. *Pani W. Wójcińskiej.* Odpowiedź wysłaliśmy przez pocztę.

5. *Pani Z. Baumgartenowej.* To samo.

6. *Pani P. Kubińskiej.* Skrzywienie główki można poprawić przez systematycznie przeprowadzoną bierną gimnastykę Sposób jej wykonywania musi Pani pokazać lekarz domowy.

7. *Pani Z Woźniakowej.* Waga i wzrost dziecka dobre. Ponieważ dziecko zaczęło dużo krzyczeć, należy mimo to skontrolować, ile pokarmu wypija na dobę Częste odlewanie pokarmu, jak również parę wolnych stołeczków dziennie nie będą miały żadnego znaczenia, o ile dziecko będzie dobrze przybierać na wadze.

8. *Pani M. Kościńskiej,* Odstawiać dziecko od piersi z tego powodu, że pokarm jest niedobry, jest błędem. Pokarm matki może być niedopasowany do potrzeb dziecka tylko naprawdę wyjątkowo. Córa Pani krzyczy nie dlatego, że dostaje zły pokarm, a dlatego, że dostaje go za mało. Po prostu Pani ją głodzi i temu trzeba zaradzić. Stacja Opieki nad Matką i Dzieckiem, w której Pani zapisała swoje dziecko, sprawy te załatwi.

9 *Pani N. Markowskiej.* W tej sprawie odsyłamy Panią do artykułów D-ra M. Gromskiego, poświęconych zapobieganiu biegunkom letnim.

10. *Pani R. Stankiewiczowej.* Wapniowe preparaty lepiej jest dawać przed jedzeniem.

11. *Pani Z. R.* Ospę może Pani dziecku zaszczepić we wrześniu.

12 *Pani K. Rabowskiej.* Regularność w karmieniu jest rzeczą zasadniczą. A więc godziny karmienia powinny być ściśle przestrzegane. Jeżeli dziecko przesypia swoje godziny karmień, należy je do jedzenia budzić. Po tygodniu będzie ono dla Pani zegarem.